

# ВПЛИВ ТИПУ ТЕМПЕРАМЕНТУ ТА АКЦЕНТУАЦІЙ ХАРАКТЕРУ НА ПЕРЕЖИВАННЯ САМОТНОСТІ У СТУДЕНТІВ

*М.В.Коваленко*

магістр 2 курсу соціально-психологічного факультету

Херсонський державний університет

Темперамент й акцентуації характеру є одними з найбільш значущих властивостей особистості. Вони визначають наявність багатьох психічних відмінностей між людьми, в тому числі за інтенсивністю і стійкістю емоцій, емоційною вразливістю, темпу і енергійністю дій. Ці характеристики і визначають ступінь виразності та інтенсивність переживання почуття самотності. Питання про характер і причини самотності студентів є багатоаспектним і вимагає подальших наукових досліджень.

Встановлено, що темперамент – це індивідуально-своєрідні властивості психіки, що відображають динаміку психічної діяльності людини, і які виступають незалежно від його цілей, мотивів і змісту. В.С. Мерлін, О.Б. Столяренко та інші виокремлюють основні параметри за домінуванням одного елемента з яких виявляють тип темпераменту, а саме: емоційна збудливість; збудливість уваги; сила емоцій; тривожність; реактивність мимовільних рухів (імпульсивність); активність вольової, цілеспрямованої діяльності; пластичність – ригідність; резистентність [4, с.332].

У своєму дослідженні ми будемо використовувати класифікацію Г. Айзенка, який виділяв такі типи темпераменту: холерик, сангвінік, меланхолік, флегматик [2, с.75].

Узагальнено, що акцентуація характеру – це надмірна інтенсивність (або посилення) індивідуальних рис характеру людини, яка підкреслює своєрідність реакцій людини на впливові фактори або конкретну ситуацію. К. Леонгард виокремив такі основні типи акцентуацій, якими ми будемо користуватись у своєму дослідженні: гіпертимний, застрягаючий, емотивний, педантичний,

тривожний, циклотимічний, демонстративний, неврівноважений, дистимічний, екзальтований [1].

Узагальнено, що самотність розглядається і як об'єктивний стан добровільної чи вимушеної соціальної ізоляції, і як негативне суб'єктивне переживання, пов'язане з почуттями покинутості, відчуженості, непотрібності при об'єктивному залученні людини до різних сфер суспільного життя та спілкування.

Існують різні підходи до вивчення феномену самотності: психодинамічний, інтеракціоністський, когнітивний, інтимний, феноменологічний, соціологічний та екзистенційний. Представники одних підходів вказують на те, що самотність та її переживання викликає негативні зміни в структурі «Я-концепції» людини, в її ставленні до життя в цілому. В інших підходах підкреслюється позитивність, продуктивність самотності.

У своєму дослідженні ми будемо ґрунтуватись на теоретичному визначенні самотності у когнітивному підході. Згідно з яким самотність настає у тому випадку, коли індивід сприймає (усвідомлює) невідповідність між двома чинниками – бажаним і досягнутим рівнем власних соціальних контактів [3, с.28].

Базою дослідження було обрано соціально-психологічний факультет Херсонського державного університету. Вибірка була сформована зі студентів, які приймають активну участь у житті факультету, всього 30 осіб. Під час дослідження було використано такі методики: методика визначення типу темпераменту (Г. Айзенк) задля визначення домінуючого типу темпераменту; методика визначення типу акцентуації, рис характеру та темпераменту (К. Леонгард, Х. Шмішек) задля визначення типу акцентуацій характеру респондентів; методика суб'єктивного відчуття самотності (Д. Расел, М. Фергюсон) задля виявлення рівня суб'єктивного відчуття досліджуваних своєї самотності; методика незакінчені речення модифікована нами задля з'ясування уявлення респондентів про феномен самотності.

В нашому дослідженні було встановлено, що у респондентів з низьким рівнем суб'єктивного відчуття самотності переважає гіпертимний тип акцентуації характеру (41.1%). Ми пов'язуємо це з тим, що люди гіпертимного типу відзначаються активністю, оптимізмом, енергійністю. У респондентів з середнім рівнем суб'єктивного відчуття самотності переважає емотивний тип акцентуації характеру (37.5%). Ми пов'язуємо це з тим, що особистості з емотивним типом акцентуації відзначаються високою емоційною чутливістю. Відсутність респондентів з високими показниками, ми пояснюємо тим, що обрані респонденти активно задіяні у житті факультету, а отже мають велику кількість соціальних контактів і розширене коло друзів, з якими можна спілкуватись у скрутний момент. У свою чергу це зменшує суб'єктивне відчуття самотності.

Узагальнено, що майже у 100% респондентів переважає категорія «Спілкування». Це ми пов'язуємо з бажанням розділити свої почуття з кимось задля їх зменшення. Також ми пов'язуємо це з тим, що у респондентів під час спілкування зменшується відчуття самотності за рахунок емоційного контакту зі значущою людиною, наприклад, з друзями або близькими.

Встановлено, що у респондентів з холеричним та сангвінічним типом темпераменту переважає бачення самотності як негативного стану. Однак вони використовують його задля досягнення результату, наприклад, для прийняття рішення, виконання важливої справи.

Узагальнено, що респонденти з меланхолічним типом темпераменту використовують неефективні копінг-стратегії задля подолання почуття самотності, а саме: нічого не робити та переключення уваги. Розширення діапазону копінг-стратегій є перспективою наших подальших досліджень.

Встановлено, що у респондентів з флегматичним типом темпераменту переважає бачення самотності як ресурсу. Ми пов'язуємо це з тим, що ці респонденти вміють використовувати самотність задля досягнення гармонії з собою, для відпочинку, як можливість все обміркувати.

### **Література:**

1. Леонгард К. Акцентуйовані особистості. Київ. 1981. 79 с.
2. Немов Р.С. Психологія: в 3 к. М: Владос. 2013. К.1: Общие основы психологии. 284с.
3. Роджерс К. Эллиен и Вест и одиночество. *Московский психотерапевтический журнал*. 1993. №3. С.1–60.
4. Столяренко О. Б. Психологія особистості. Київ: Центр учбової літератури. 2012. 280 с.